

Rotary

Club di
Cividale del Friuli
"Forum Iulii"



Notiziario

43° Anno Sociale
N. 7 - Marzo 2022



SERVE TO CHANGE LIVES

Anno Rotariano 2021 - 2022

Motto: "Agire assieme"

Presidente Internazionale	Shektar MEHTA (India)
Governatore del Distretto 2060	Raffaele CALTABIANO
Assistente del Governatore	Andrea DOBBIANI
Presidente del Club	FERRUCCIO DIVO
Vice Presidente	Manlio BOCCOLINI
Vice Presidente	Franco PITTIA
Past President	Antonino DI MARTINO
Segretario	Claudia CORDARO
Tesoriere	Guido GIACCAJA
Prefetto	Denis TAMBOZZO

Sommario

I nostri Dirigenti superiori.....	2
Lettera del Presidente.....	3
Comunicazioni e informazioni ai Soci	4
Bollettino delle attività di Febbraio 2022.....	7
Prospetto delle presenze alle riunioni.....	13
Programma di Marzo 2022.....	14

I nostri Dirigenti superiori per l'A.R. 2021/2022



**Il Presidente 2021/2022
del Rotary International**

Shektar MEHTA

(RC Calcutta - Mahanagar - India)



**Il Governatore 2021/2022
del Distretto 2060**

Raffaele CALTABIANO

(RC Aquileia Cervignano Palmanova)



**L'assistente del Governatore
2021/2022**

Andrea DOBBIANI

(RC Udine Nord)

Lettera del Presidente

Cari amici rotariani,

da qualche mese ormai, quando mi accingevo a scrivere la lettera del mese avevo l'impressione di stare per scrivere la letterina a Babbo Natale con i desideri che avrei voluto fossero esauditi nel prossimo futuro.

Questo mese invece ero felice, la pandemia sembra cominciare a mostrare segni di stanchezza, di conseguenza le misure anti-covid con cautela vanno pian piano diminuendo, nuovi farmaci sembrano poter essere proposti nella terapia ed i vaccinati e/o guariti hanno raggiunto numeri significativi tanto, seppur non essendo ancora possibile il "tana, liberi tutti" si incominciava ad intravedere una via d'uscita perlomeno dalle misure più condizionanti.

Ed invece sbagliavo: un pericolo ancora maggiore per l'umanità si è concretizzato. Infatti è entrata in guerra una potenza nucleare, nostra vicina di casa.

Evito qualsiasi considerazione e commento su quello che sta succedendo ma non posso non esternare tutta la mia preoccupazione per gli eventi attuali e le conseguenze possibili per la nostra società civile.

Voglio sperare che la ragione prevalga e che questa guerra voglia dimostrarsi una manifestazione di forza per il tentativo di riprendere l'egemonia perduta con lo sfaldamento dell'ex Unione Sovietica.

In caso contrario mi permetto di parafrasare una citazione dello scienziato Albert Einstein che recita: Non so con quali armi si combatterà la Terza guerra mondiale, ma la Quarta sì: con bastoni e pietre.

Appello: chi può, faccia l'impossibile affinché la ragione e non il mero egoismo prevalga.

Ferruccio Divo

Sito web del Club e del Distretto

Entrare in internet, digitare **cividaledelfriuli.rotary2060.org** e premere "invio".

Cliccare sulle voci del menu orizzontale in alto.

All'interno di ogni pagina, cliccare sui titoli per leggerne i contenuti.

Per entrare nel sito del Distretto 2060, tornare su internet, digitare **rotary2060.org** e premere "invio".

Per entrare nel sito di uno degli altri 89 Club del Distretto dalla Homepage del Distretto:

- Cliccare sul menu orizzontale in alto sul link: **DISTRETTO**
- Cliccare sul link: **ELENCO DEI CLUB**
- Cliccare sul nome del club che si vuole visitare e fare come per il sito del nostro Club.

Quote Sociali

Il 31 gennaio 2022 è scaduto il termine per il versamento della seconda rata semestrale (450 Euro) dell'A.R. 2021 - 2022.

I Soci che non hanno ancora provveduto al versamento sono pregati di farlo al più presto per consentire al Consiglio Direttivo di realizzare i service in programma.

Dati per il bonifico bancario:

A: Rotary Club di Cividale del Friuli - C/o: Banca di Cividale

IBAN: IT11Q0548463740CC0250018806

BC/SWIFT: CIVIIT2C

Auguri di buon compleanno

Tanti cari auguri ai Soci nati in Marzo:

A. Ercoli (7) - F. Fornasaro (8) - D. Simoncig (14) - E. Rapani (28)

L. Basso (30)

Service a cui partecipa il nostro Club con altri 19 Club del FVG

Prosegue il service dedicato ai beni artistici e culturali sostenuto dai 19 club del FVG.

Si ricorda che il nostro club per ben tre volte ha ricevuto contributi da questo service: due volte per interventi al Museo Archeologico Nazionale e una volta a favore del Duomo di Cividale.



ROTARY PER LA REGIONE

Azione di Pubblico Interesse fra i Rotary Club del Friuli Venezia Giulia

Cari Amici rotariani,

Il service “**Rotary per la Regione**”, nato nel lontano 1994, nel tempo ha perso la sua connotazione iniziale che era di valorizzare con azioni di restauro o anche semplicemente di riconoscimento del patrimonio culturale regionale, patrimonio che molto spesso è misconosciuto o ancor peggio lasciato in completo abbandono.

Il primo service è stato quello della traduzione delle epigrafi del museo di Aquileia in italiano e inglese. Service al quale avevano partecipato tutti i club.

Nell’ultima riunione, tenutasi a Gradiscutta di Varmo, si era parlato di ritornare alle origini con service di tutti i club regionali uniti indirizzati a far conoscere ed eventualmente restaurare il vasto patrimonio artistico regionale.

Il museo di Aquileia, recentemente alloggiato in una nuova struttura, è una delle realtà museali più importanti in Italia per la qualità e l’abbondanza di reperti di epoca romana.

La direttrice del museo dott.ssa Marta Novello ha ideato un ciclo di esposizioni temporanee denominato “MIRABILIA A CONFRONTO” con pezzi unici provenienti da Musei di tutto il mondo.

Per tale iniziativa è necessario, all’interno della nuova sezione del museo intitolata “Lusso e Ricchezza”, allestire una teca che conterrà i manufatti esposti.

Il costo approssimativo per la progettazione e la costruzione della teca è di circa 7500 €.

La mia idea, che è anche quella del nostro Governatore Raffaele Caltabiano, è di ritornare alle origini con un service globale di tutti i club regionali.

La Direttrice ha assicurato che ovviamente verrà apposta apposita targa ricordante l’apporto economico indispensabile del Rotary per la Regione.

Cosa possiamo fare? I fondi a disposizione oggi, dopo la riapertura dei bandi fatta a ottobre, non permette di affrontare tale spesa. Dopo aver sentito il Governatore e il Past Governor Riccardo Caronna propongo che tutti i club della regione (siamo in 19) contribuiscano con una cifra, che a me pare del tutto possibile, di 250 €.

La cifra raccolta (4.750 €), unitamente ai residui di cassa, ci permetterebbe di effettuare nuovamente, come alle origini, un service di tutti i club regionali e darebbe molta notorietà alle nostre attività (ci saranno articoli di giornale e riprese televisive).

In attesa di una Vostra risposta, che mi auguro sarà positiva, un cordiale saluto rotariano.

PDG Giuliano Cecovini

Cari Amici rotariani,

con gioia Vi comunico che tutti i club della Regione hanno aderito al progetto Museo di Aquileia.

È stata davvero una magnifica occasione per il ritorno alle origini del “Rotary per la Regione”.

Mi auguro che, anche in futuro prossimo, possa esserci convergenza verso un service comune che ovviamente in tale modalità avrà impatto maggior sull'opinione pubblica facendo sapere cosa fa e cosa può fare il Rotary per la protezione del patrimonio artistico e culturale della nostra regione.

Vi terrò informati sulle tappe di realizzazione e mi auguro che, in occasione del forum sulla cultura che si terrà proprio ad Aquileia, potremo incontrarci e, perché no quasi sicuramente, consegnare la teca alla direttrice del museo.

Un cordiale saluto a tutti Voi e ancora grazie.

PDG Giuliano Cecovini

Iniziative del Rotary International e del Distretto 2060 per l'Ucraina

La situazione Ucraina è attentamente seguita dal Rotary International come da comunicato presente sul sito web, a livello nazionale abbiamo come 14 Distretti emesso un comunicato stampa e dai continui contatti abbiamo deciso di operare in modo coordinato, lasciando comunque ai Club ogni possibile iniziativa ma raccomandando nel caso d'interventi diretti e/o indiretti nei territori Ucraini la massima cautela.

Il Distretto 2060 procederà da subito nel seguente modo:

RACCOLTA FONDI: tramite la ONLUS DISTRETTUALE, si raccoglieranno i versamenti da parte dei Soci, dei Club e di quanti vorranno partecipare nel progetto UCRAINA2022, la destinazione dei fondi raccolti sarà poi concordata a livello nazionale.

CENSIMENTO ALLOGGI DISPONIBILI: tramite gli Assistenti, il Responsabile Profughi Afgani Antonio Abate, Il Responsabile Emergenze Alberto RosaBian, la presidente MultiDistretto Nicoletta Duodo, al fine di poter offrire degli alloggi ai profughi organizzando il censimento per Provincia/Gruppo di Club.

Martedì 1 Febbraio 2022: Consiglio direttivo in presenza
Riunione n. 27 - Presenti: n. 7 Soci

Martedì 8 Febbraio 2022: Riunione in presenza con Relatore

Riunione n. 28 - Presenti e collegati: n. 21 Soci

Relatore: **Dott.ssa Erica Morsut**

Tema: ***L'Arte del Well Aging***

La riunione si svolge con modalità mista: alcuni soci in presenza ed altri in collegamento on-line su piattaforma Google-Meet.

Erica Morsut

1993: Laurea in Chimica e Tecnologia Farmaceutiche Università degli Studi di Trieste (110/110 e Lode);

1994: Laurea In Farmacia Università degli studi di Trieste (110/110 e Lode);

1994: Esame di Stato per la professione di Farmacista (263/280)
Dal 1995 Iscritta all'Ordine dei Farmacisti della Provincia di Udine;

1995-2018: Percorsi Formativi nella medicina complementare (fitoterapia, omeopatia, omotossicologia);

2021: Master di II livello in Nutrizione e Dietetica presso l'Università Politecnica delle Marche (110/110);

1994-2003: Farmacista collaboratore presso varie Farmacie del FVG;

2003-2019: ISF presso Guna SpA Milano;

2019-oggi: Dentistry Business Unit Manager presso Guna SpA Milano.

WELL- AGING

Salute e benessere non sono una questione di età. Aiutare tutti nel sentirsi in forma e vitali a qualsiasi età si chiama Well-Aging.

La nuova frontiera dell'anti-aging consente di controllare lo stress, combattere i radicali liberi, mantenere efficienti il cervello e le difese immunitarie, diminuire di peso, preservare l'elasticità della pelle, rivigorire la libido, rigenerare le cellule, attaccando l'invecchiamento a livello molecolare.

Malattie, medicinali, alcol, fumo, stress cronico e inquinamento ambientale hanno come effetto secondario la sottrazione dall'organismo di importanti quantità di micronutrienti indispensabili per il funzionamento metabolico ottimale.

Il well-aging è una terapia basata sulla somministrazione di micronutrienti come antiossidanti, vitamine, sali minerali e oligoelementi naturali che, associata a una corretta alimentazione, una disintossicazione delle tossine accumulate e a moderata attività fisica, ha un'azione determinante sul benessere e la longevità della persona.



Ideale per la prevenzione di malattie degenerative come quelle cardiovascolari, tumori, demenza senile, artrosi, alzheimer, osteoporosi, ecc.,

Il well-aging permette il mantenimento della salute e una migliore sia qualità che aspettativa di vita, riducendo drasticamente lo stress ossidativo e rallentando così il processo di invecchiamento.

La qualità della vita e la durata sono determinati da un'interazione costante e personale tra:

1. **Fattori genetici:** sono la componente su cui possiamo incidere poco (circa il 20%) perché dipende dalla qualità dei geni che riceviamo dai nostri genitori.
2. **Fattori ambientali:** la qualità dell'aria, del cibo che mangiamo, lo stress che subiamo sono tutti fattori che hanno un impatto importante sulla nostra salute.
3. **Fattori comportamentali:** sono i fattori davvero sotto il nostro completo e diretto controllo perché rappresentano le nostre scelte quotidiane.

I fattori comportamentali sono quelli su cui possiamo intervenire in modo diretto e per questo vale la pena capire meglio cosa fa vivere a lungo e soprattutto bene le persone.

1. **Esercizio fisico:** le persone che vivono a lungo e bene sono attive, fanno sport regolarmente e lo hanno in sostanza sempre fatto nel corso della loro vita.
2. **Non fumare e non eccedere con gli alcolici.**
3. **Non usare droghe.**
4. **Non insistere in comportamenti compulsivi:** il comportamento compulsivo più diffuso riguarda la ricerca di cibo.
5. **Avere una buona routine quotidiana:** le persone longeve hanno una routine quotidiana che amano, fatta di buon sonno, poco stress e ritmi poco incalzanti.
6. **Mangiare in modo corretto:** È necessario iniziare con mangiare meno, aumentare le verdure e i cibi ipocalorici, evitare grassi nocivi, zuccheri e cereali raffinati e scegliere alimenti genuini.
7. **Avere una buona vita sociale.**
8. **Non eccedere con l'esposizione al sole.**
9. **Meditare:** la meditazione e la preghiera per chi crede sono abitudini che rafforzano il senso di serenità e di pace e ci fanno vivere con meno stress e tensione.
10. **Non vivere nel passato:** il passato funge da lezione ma dobbiamo liberarci dalle sue zavorre.

Presentazione della nuova socia Elisabetta Bergamini

All'inizio della serata, il Presidente Divo ha presentato al club la **nuova socia dott.ssa Elisabetta Bergamini**".



Elisabetta Bergamini

Nata a Faenza (RA) il 7 /8/1974.

1997: Laurea in Giurisprudenza presso l'Università di Bologna.

2002: Conseguimento del titolo di dottore di ricerca in Diritto delle Comunità Europee presso l'Università di Bologna.

2005: Ricercatore di Diritto Internazionale presso l'Università di Udine (UNIUD).

2006: Inizio della professione di Notaio in Cividale del Friuli.

2010: Conseguimento dell'Idoneità a Professore Associato.

2013: Inizio del servizio quale Professore Associato di Diritto Internazionale presso UNIUD.

2017: Abilitazione nazionale a Professore di Prima Fascia in Diritto dell'Unione Europea.

2021: Inizio del servizio quale Professore Ordinario presso il Dipartimento di Scienze Giuridiche di UNIUD.

È coniugata con Luciano Pons e ha tre figli: Luca (2010), Nicola (2012), Davide (2015).

È residente a Udine.

Soci Presentatori: Claudia Cordaro e Andrea Stedile.

Martedì 15 Febbraio 2022: cena delle ossa (in presenza)

Riunione n. 29 - Presenti: n. 14 Soci

La Cena delle Ossa si è svolta, come da tradizione, all'**Osteria al Campanile** a Corno di Rosazzo.

Erano presenti, oltre ai 14 Soci, anche tre graditi Ospiti: **Maurizio D'Ossualdo**, assaggiatore ANAG e commissario ANAG per concorsi nazionali ed internazionali di distillati, **Riccardo Caliarì**, Socio del Club di Verona Villafranca, ed il nostro amico rotariano austriaco **Georg Klein**.

Prima della Cena è stato consegnato ufficialmente il service a favore di famiglie in difficoltà curato dalla Caritas e dalla Croce Rossa, alla **Sig.ra Sabrina Zamaro**, responsabile CRI sez. di San Giovanni al Natisone.

Abbiamo aperto la conviviale con il racconto del nostro **socio Loris Basso** che ha illustrato gli avvenimenti nel giorno dell'uccisione del maiale, un giorno di lavoro e di festa che coinvolgeva tutta la famiglia, dai nonni ai bambini che per l'occasione rimanevano a casa da scuola. La giornata iniziava presto con la preparazione degli strumenti e dei



tavoli e la prima operazione era la rasatura del maiale. I bambini ne raccoglievano le setole per farne pennelli.

La giornata proseguiva con la cerimonia dell'uccisione del maiale, effettuata con apposita pistola e conseguente raccolta del sangue con cui venivano preparati i sanguinacci ma anche dei dolci.

Seguivano le fasi successive in cui i norcini lavoravano ogni parte dell'animale.



La Cena, come di consuetudine, è iniziata con un menu a base di maiale: frittata con la marcundella, musetto e brovada ed infine le ossa.

Alla fine della Cena abbiamo fatto una degustazione di grappe con le spiegazioni di Maurizio D'Osualdo, atto dovuto visto che la relazione di un mese prima era avvenuta da remoto.



Abbiamo iniziato con una Grappa di circa 45° prodotta dal mosto: la Grappa Most di Tosolini, a seguire una Grappa di Prosecco ed infine una Grappa etichetta nera di 60°, apprezzandone le diverse caratteristiche.

(Testo di Claudia Cordaro)

Martedì 22 Febbraio 2022: Riunione on-line con Relatore

Riunione n. 30 - Collegati: n. 13 Soci

Ospite/Relatore della serata è stato il **Ten. Col. Enrico Baisero** che ha ricordato a tutti noi che esiste la **Fondazione “Progettoautismo FVG Onlus”**. Il Relatore è stato presentato dal socio Paolo Bianchi che dal 2015, anno della sua presidenza del club, ha seguito l'evolversi della Fondazione promuovendo vari servizi che il nostro club ha dedicato alla Fondazione stessa.

Enrico Baisero

Nato a Udine il 26/05/1966

Ha frequentato i corsi regolari dell'Accademia Militare di Modena e della Scuola di Applicazione d'Arma di Torino.

Dal 1990 ad oggi ha prestato servizio nei Reggimenti Alpini di stanza nel FVG. Attualmente è Vicecomandante dell'8° Reggimento Alpini di Venzone.

Da 15 anni fa parte del Progettoautismo FVG dove ricopre il ruolo di Direttore Generale del Consiglio di Amministrazione della Fondazione.

È coniugato con la prof.ssa Elena Bulfone (Presidente della Fondazione) e ha due figli: Alessandro (26) e Martina (20).



La **Fondazione “Progettoautismo FVG Onlus”** nasce nel 2006, inizialmente come associazione, grazie all'impegno di un gruppo di genitori di bambini e ragazzi autistici per offrirsi reciprocamente sostegno nel difficile compito di educare e crescere questi ragazzi. Partita come realtà di autoaiuto poco per volta diventa un punto di riferimento per chi affronta quotidianamente le problematiche dell'autismo. Grazie alla fiducia e al supporto di molte persone è stato aperto il centro diurno **Home Special Home – una casa per l'autismo** (a Feletto Umberto, Via Perugia 7) che si prefigge di costruire un progetto di vita per le persone con autismo, consentendo loro di essere parte integrante della società e di vivere una vita piena e soddisfacente. L'autismo è una disabilità grave che perdura per tutta la vita. Si manifesta in particolare nella compromissione della comunicazione verbale e non-verbale, in anomalie dell'interazione sociale e in un repertorio ristretto, ripetitivo e stereotipato di giochi, interessi e comportamenti.

La persona con autismo rischia di sprofondare nell'isolamento sociale e di vivere in una bolla separata dal mondo. Progettoautismo FVG non

vuole che esistano più ragazzi nel pieno della vita costretti a passare le giornate chiusi in casa, guardando il mondo dalla finestra. L'indifferenza diffusa verso questa importante fetta di umanità è spesso causata dalla mancata conoscenza della malattia e delle sue cure. L'autismo non è "curabile" ma molti sono gli strumenti a nostra disposizione per migliorare la qualità della vita delle persone con autismo e delle loro famiglie.

Progettoautismo FVG rappresenta un contenitore permanente per accogliere e lanciare iniziative, in rete con istituzioni pubbliche e soggetti privati, per rendere migliore la vita delle persone con autismo e fornire loro occasioni concrete di sperimentazione per socialità, inserimento professionale, autonomia di vita.

La Fondazione ha 20 dipendenti, 20 collaboratori esterni e un numero variabile di Volontari che forniscono da 12 a 15 mila ore di volontariato/anno.

Attualmente la Fondazione supporta all'incirca **90 famiglie** in Friuli Venezia Giulia al cui interno ci sia un componente (dall'infanzia fino all'età adulta) affetto da sindrome autistica, Disturbi Pervasivi dello Sviluppo o Sindrome di Asperger. I giovani in età scolastica frequentano regolarmente le scuole oltre al nostro Centro diurno.

Le attività di **Home Special Home** sono le seguenti:

- Interventi terapeutici per bambini, adolescenti e adulti con autismo medio-grave, Sindrome di Asperger e Alto funzionamento;
- Progetti di vita e socializzazione a partire dai 18 anni;
- Informazione e formazione per operatori, volontari e genitori;
- Stage lavorativi in esterna;
- Supporto alle famiglie;
- Attività sportive, laboratori artistici, scuola di circo, progetto Aquabile, laboratorio di musica e tanto altro.

Recentemente, grazie alla collaborazione dell'8° Reggimento Alpini di Venzone, è stata realizzata, per favorire l'attività di abilitazione motoria dei giovani autistici, una **palestra di arrampicata sportiva** che sarà inaugurata il prossimo 8 aprile alla presenza dei rappresentanti delle istituzioni pubbliche e dei soggetti privati che nel corso degli anni hanno contribuito alla crescita e al consolidamento della Fondazione.

Presenze Soci

dal 01/07/2021 al 28/02/2022 (n. 30 riunioni)

SOCI	PRES.	%
AVON D	5	
BALLOCH	11	37
BARBIANI	22	73
BASALDELLA	13/25	73
BASSO	17	57
BERGAMINI	2/3	67
BIANCHI	11	37
BOCCOLINI	22	73
BRUNETTO	16	53
BUTTAZZONI	9	30
CALDERINI	10	33
CORDARO	29	97
D'EMIDIO	21	70
DI MARTINO	22	73
DIVO	29	97
DOMENIS	9	30
DORGNACH	13	43
ERCOLI		

SOCI	PRES.	%
FELLUGA	1	3
FERLUGA	20	67
FORNASARO D	4	
GIACCAJA	16	53
MARSEU	9	30
NOVELLI D		
PARAVANO D	3	
PELLEGRINI	22	73
PICOTTI	21	70
PITTIA	25	83
RAPANI	15	50
RAPUZZI	9	30
RIZZA	19	63
SACCAVINI D	1	
SIMONCIG	18	60
STEDILE	18	60
TAMBOZZO	18	60
VOLPE	10	33

Presenze: >50% n. 20 - <50% n. 11 - Dispense (D) n. 5

Rotary

Club di
Cividale del Friuli
"Forum Iulii"



Programma Marzo 2022

Riunione n. 31 Mercoledì 2 Marzo - ore 20.00

Trattoria Bozzi

Via B. Boiani n. 59 Bottenicco

CENA DELLE CENERI

Cena aperta ai consorti e a pagamento (costo della conviviale 25 € a persona).

Riunione n. 32 Martedì 8 Marzo - ore 19.45

Ristorante al Castello

CONVIVIALE CON RELATORE

Sguardi su Cividale "Le Pietre Parlanti"

Relatore: il nostro socio onorario Adolfo Londero.

Gita Rotariana Sabato 12 e Domenica 13 marzo

Gita a Brescia e Cremona come da programma inviato con precedente mail.

Riunione n. 33 Martedì 15 Marzo - ore 19.45

Ristorante al Castello

ARGOMENTI ROTARIANI

Riunione n. 34 Martedì 22 Marzo - ore 19.45

CAMINETTO A CASA RAPUZZI

Riunione n. 35 Martedì 29 Marzo - ore 19.45

Ristorante al Castello

CONVIVIALE CON RELATORE

"DALL'ALBERO AL VIOLINO"

Relatore: la nostra socia Flavia Brunetto

Nel caso di conviviali presso la Locanda Al Castello o presso altre Sedi è obbligatorio rispettare le disposizioni impartite dalle Autorità nazionali, regionali e locali. In particolare, i soci dovranno comunicare con largo anticipo la propria adesione.



**SERVIRE PER
CAMBIARE VITE**